



日	曜	主食	主菜	副菜	汁・飲み物	午後おやつ
1	日					
2	月	ごはん	鶏肉のからあげ	ポパイサラダ フルーツ	大根のみそ汁	洋梨蒸しパン
3	火	炊込み ごはん	ごまネーズ	フルーツ	豚汁	原宿ドッグ
4	水	ごはん	チンジャオロース	ツナサラダ マスカットゼリー	豆腐のみそ汁	フルーチェ
5	木	ごはん	さばの塩焼き	納豆和え りんごヨーグルト	大根のみそ汁	きな粉サンド
6	金	めん	ひんやりそうめん	ボリュームサラダ フルーツ	麦茶	さつま芋おにぎり
7	土	ごはん	中華丼	チンゲン菜の和え物 フルーツ	ほうれん草のみそ汁	チーズおにぎり
8	日					
9	月	ジャム サンド	クラムチャウダー	磯和え ぶどうゼリー	麦茶	おかかおにぎり
10	火	ごはん	チキンカレー	しらすサラダ フルーツ	オニオンスープ	いちご蒸しパン
11	水	ごはん	白身魚のムニエル	切干大根煮 フルーツ	ほうれん草のみそ汁	ヨーグルトケーキ
12	木	ごはん	ハンバーグ	コーンとチーズのサラダ フルーツ	わかめスープ	フルーツinゼリー
13	金	めん	サーモンのクリームパスタ	ブロッコリーサラダ フルーツ	コンソメスープ	青のりポテト
14	土	めん	きつねうどん	ちくわとじゃが芋の金平 フルーツ	麦茶	菜飯おにぎり
15	日					
16	月	敬老の日				
17	火	ごはん	お月見カレー	アスパラサラダ フルーツ	コンソメスープ	スイートポテト
18	水	ごはん	豚肉のごまみそ煮	コールスローサラダ フルーツ	ほうれん草のみそ汁	パンケーキ
19	木	食パン	鶏肉のトマト煮	ブロッコリーの胡麻和え フルーツ	オニオンスープ	わかめおにぎり
20	金	青菜 ごはん	白身魚のフライ	ひじきサラダ フルーツ	大根のみそ汁	シューアイス
21	土	めん	わかめうどん	さつま芋サラダ フルーツ	麦茶	オレンジケーキ
22	日					
23	月	秋分の日 振替休日				
24	火	バター ロール	ウインナー	マカロニサラダ フルーツ	ミネストローネ	焼きおにぎり
25	水	ごはん	麻婆豆腐	春雨サラダ フルーツ、チーズ	かぶの中華スープ	マカロニきな粉
26	木	ごはん	鶏肉のピザ焼き	ポテトソテー フルーツ	春雨スープ	かぼちゃ蒸しパン
27	金	めん	焼きうどん	きゅうりとひじきの酢の物 フルーツ	わかめスープ	たい焼き
28	土	めん	けんちんうどん	ほうれん草のナムル フルーツ	麦茶	さけおにぎり
29	日					
30	月	ごはん	鮭の磯風味ピカタ	チーズ入りマッシュポテト フルーツ	具だくさん汁	りんごケーキ

※仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。 ※午後のおやつには牛乳がつけます。